

Максимович Н.Ю.¹, Колумбет О.М.²¹Гімназія «Київська Русь»²Київський національний університет технологій та дизайну

ПЕРСПЕКТИВИ ВПРОВАДЖЕННЯ ПЕДАГОГІЧНОЇ ВАЛЕОЛОГІЇ В ОСВІТНІЙ ПРОЦЕС СЕРЕДНЬОЇ ШКОЛИ

ABSTRACT. There has been discussed the introduction of the subject «pedagogical valeology» instead of the subject «valeology» into the school curricula. The pedagogical approaches to the pedagogical issue of the question of saving the health of the younger generation have been grounded. In addition, the factors affecting the implementation of the pedagogical foundations of health for teachers and pupils have been distinguished. There has been emphasized the influence of personal example of parents and teachers on the formation of knowledge and skills, and mostly important, the desires of young generation to take care of their health. The authors reveal the concepts of pedagogical valeology, which include valeological education, valeological training, valeological upbringing, valeological knowledge, valeological culture. It is noted that full implementation of the contents of teacher's valeological-pedagogical activity is possible if the following tasks are completed: 1) educational process construction in accordance with the purpose of humanistic education; 2) teaching healthy living to students; 3) creation of healthy educational environment; 4) development in pupils the general culture and as a part of it the health culture; 5) forming and providing pupils' health.

Keywords: health, valeology, pedagogical valeology, pupils, motivation, education.

Здоров'я людини є найважливішою цінністю, без якої неможливе повноцінне життя і професійне становлення. Рівень здоров'я залежить від соціальних, біологічних, психологічних, екологічних чинників, а також від культури і способу життя людини.

Валеологія, як наука про здоров'я, є пограничною галуззю знань на стику медицини, фізіології, психології, соціології, педагогіки, фізичної культури. Причому, педагогічна діяльність спрямована на створення оптимальних умов для виховання, розвитку та саморозвитку особистості вихованця і вибору можливостей вільного і творчого самовираження; діяльність, яка допомагає ставити і вирішувати завдання з надання індивідуалізованої педагогічної допомоги вихованцям у педагогічних системах [5]; як особливий вид соціально-корисної діяльності дорослих людей, спрямований на підготовку підростаючого покоління до виконання соціальних ролей у житті, на передачу йому накопичених людством культури та досвіду [1, 3]. Таким чином, валеолого-педагогічна діяльність – це особливий вид професійної діяльності педагога, спрямований на здоров'язбереження учнів (вихованців) як необхідної умови для їх виховання, розвитку та саморозвитку через використання сукупності професійно-педагогічних знань, загально-педагогічних умінь та навичок [2].

Повна реалізація змісту валеолого-педагогічної діяльності педагога можлива за умови вирішення наступних завдань: 1) побудова освітнього процесу у відповідності з цілями гуманістичної освіти; 2) навчання вихованців здорової життєдіяльності; 3) створення здоров'язберігаючого освітнього середовища; 4) формування у вихованців загальної культури та як її частини – культури здоров'я; 5) формування та забезпечення здоров'я вихованців [4]

Щоб добре вчитися та успішно долати труднощі шкільного життя, дитина має бути передусім здорова. Формування її цілісного «Я», невід'ємною частиною якого є здоров'я, відбувається лише в особливій і погодженій системі навчання. Таким чином, здоров'я становиться змістом і нормативним

результатом освіти, яку можна позначити як здоров'язберігаючу. Проте навчити підлітка умінню успішно будувати життєво важливі стосунки, допомогти йому жити в гармонії з собою, розвинути здібності без втрат у здоров'ї, освоювати складні шкільні курси учитель не завжди здатний. Хоча, як відомо, здоров'я дітей залежить від здоров'я дорослих: ніякі уроки не замінять особистого прикладу батьків і учителів, які самі ведуть здоровий спосіб життя.

Вирішення проблеми здоров'я дітей полягає, в першу чергу, в педагогічному осмисленні соціальної валеології в процесі організації шкільного навчання. Цим і займається *педагогіка здоров'я* (або, іншими словами, *педагогічна валеологія*) – наука про виховання і навчання людини здоровому способу життя.

У нашій країні все гостріше відчувається невідповідність між неухильно зростаючими вимогами сім'ї та суспільства до розвитку особистості з високим інтелектуально-пізнавальним, фізичним потенціалом та низьким рівнем стану здоров'я людей, між необхідністю здорового способу життя і невідповідністю організаторів шкільної освіти і учителів до проведення валеологічних (з розвитку культури здоров'я) заходів.

Культура здоров'я учнів розвивається найефективніше, якщо школа проектує систему діяльності, спілкування і знання, сприяє активізації самовиховання тих, хто навчається. Інакше кажучи, становлення культури здоров'я забезпечується, коли цілеспрямовано організовується система колективних валеологічних стосунків [5]. Учителі використовують міжпредметні зв'язки, які допомагають розширити знання та уміння учнів у самоосвіті своєї валеологічної грамотності, а у самих школярів на цій основі формується стійка потреба в здоровому способі життя і активній діяльності по зміцненню власного здоров'я [5].

Концептуально педагогіку здоров'я можна розглядати як науково організований соціальний інститут впровадження комплексу ідей про формування, підтримку і зміцнення здоров'я як особливого природнього важливого функціонального стану людини в системі «сім'я–школа–засоби масової інформації» на основі пропаганди здорового способу життя, культури здоров'я [1, 3]. Стосовно навчально-виховного процесу, який здійснюється у школі, педагогіка здоров'я – це система, яка допомагає учням сформувати здоровий спосіб життя, потребу наслідувати цей спосіб життя надалі [4]. Саме школі надається можливість вирішувати моральні, валеологічні та соціальні проблеми.

Педагогічна валеологія [5] вивчає питання навчання і виховання людини, яка має міцну життєву установку на здоров'я і здоровий спосіб життя на різних вікових етапах розвитку. Зараз ця галузь валеології розвивається найбільш динамічно, що зумовлено принаймні двома наступними обставинами: 1) потребою суспільства у термінових заходах з оздоровлення людини з можливістю найбільш швидкої віддачі; 2) відносною дешевизною запровадження та реалізації валеологічних програм в освітньому процесі у важких фінансових і економічних умовах держави.

Основними поняттями педагогічної валеології є валеологічна освіта, валеологічне навчання, валеологічне виховання, валеологічні знання, валеологічна культура [3].

Під *валеологічною освітою* розуміють безперервний процес навчання, виховання і розвитку здоров'я людини, спрямований на формування системи наукових і практичних знань і умінь, поведінки і діяльності, що забезпечують ціннісні відносини до особистого здоров'я та здоров'я оточуючих людей [5].

Валеологічне навчання – це процес формування знань про закономірності становлення, збереження та розвитку здоров'я людини, оволодіння вміннями збереження і вдосконалення особистого здоров'я, оцінки факторів, які його формують; засвоєння знань про здоровий спосіб життя і умінь його побудови; освоєння методів і засобів ведення пропагандистської роботи по здоров'ю та здоровому способу життя [5].

Валеологічне виховання – це процес формування ціннісно-орієнтованих установок на здоров'я і здоровий образ життя, побудованих як невід'ємна частина життєвих цінностей і загальнокультурного світогляду. В процесі валеологічної освіти у людини розвивається емоційне і разом з тим усвідомлене ставлення до здоров'я, засноване на позитивних інтересах та потребах, прагнення до вдосконалення власного здоров'я і до дбайливого ставлення до здоров'я оточуючих людей, до розвитку своєї творчості та духовного світу, до усвідомленого сприйняття і ставлення до соціуму [5].

Валеологічні знання – це сукупність науково обґрунтованих понять, ідей, фактів, накопичених людством в галузі здоров'я і представляють собою вихідну базу для подальшого розвитку науки і самого валеологічного знання.

Результатом валеологічної освіти повинна стати *валеологічна культура* людини, що припускає знання нею своїх генетичних, фізіологічних і психологічних можливостей, методів і засобів контролю, збереження і розвитку свого здоров'я, вміння поширювати валеологічні знання на оточуючих [5].

Валеологічна освіта пов'язана і активно взаємодіє з іншими видами освіти: розумовою, фізичною, професійною, політичною та іншими. Така взаємодія сприяє більш ефективному виконанню функцій кожного із зазначених видів освіти, специфічній підготовці людей (і насамперед дітей і молоді) до виконання своїх особистісних і соціальних обов'язків у суспільстві.

Таким чином, завданнями педагогічної валеології, є [2, 4]:

1. Виховання у дітей стійкої мотивації на здоров'я і здоровий спосіб життя на основі освоєння ними знань про пріоритет здоров'я і механізми життєдіяльності організму людини.

2. Навчання дітей засобам і методам оцінки свого фізичного стану і використання функціональних можливостей організму та природних засобів оздоровлення для підтримки свого здоров'я.

3. Валеологічна оцінка та динамічний контроль рівня соматичного здоров'я учнів і організація роботи з їх оздоровлення через систему занять фізичними вправами, психокорекцію, психолого-педагогічні консультації тощо.

4. Валеологічна оцінка організації та змісту освітнього процесу в освітньому закладі та його відповідна корекція.

5. Робота з батьками з метою створення сприятливих умов для здоров'я учнів у родині.

6. Робота з педагогічним складом навчальної установи у двох напрямках:

- створення колективу однодумців-педагогів для здійснення всебічного валеологічного навчання та виховання учнів;

- валеологічна освіта педагогів, які самі є однією з найбільш небезпечних професійних груп ризику.

Список використаних джерел

1. Бондаренко І. Г. Валеологія / І. Г. Бондаренко. – Миколаїв: Вид-во ЧДУ імені Петра Могили, 2012. – 52 с.
2. Вашев О. Є. Валеологія: Методичні рекомендації / О. Є. Вашев, В. М. Клочко. – Харків: ХНАМГ, 2010. – 57 с.
3. Іващук Л. Ю. Валеологія: Навчальний посібник / Л. Ю. Іващук, С. М. Онишкевич. – Тернопіль: Навчальна книга, 2010. – 400 с.
4. Мардар Г. І. Валеологія з методикою викладання / Г. І. Мардар. – Чернівці: Вид-во ЧНУ, 2002. – 72 с.
5. Митяева А. М. Здоровьесберегающие педагогические технологии: Учебное пособие / А.М.Митяева. – М.: Академия, 2012. – 208 с.